

5 señales de que tus trabajadores sufren de estrés financiero



El bienestar financiero de los trabajadores es una dimensión clave de la calidad de vida organizacional. Cuando los colaboradores deben más de lo que pueden pagar, no solo se ve afectada su vida personal, sino también su desempeño en la empresa: enfrentan un mayor riesgo de ausentismo laboral y bajo rendimiento.

En este e-book te presentamos cinco señales claras que pueden ayudarte a identificar a tiempo el estrés financiero en tu equipo, y a tomar decisiones estratégicas que potencien el bienestar y la productividad de tu organización.

1 Solicitan préstamos o adelantos con frecuencia

Una de las primeras señales visibles del estrés financiero es la necesidad constante de **solicitar adelantos de sueldo o préstamos internos**.

- 19% de las personas declara que a menudo necesita pedir dinero prestado para llegar a fin de mes.
- 7 de cada 10 trabajadores sienten algún nivel de estrés o preocupación al pensar en su situación financiera.
- 24% de los trabajadores enfrenta una carga financiera que representa el 50% o más de sus ingresos.

Estos datos reflejan una tendencia clara: una parte significativa de los colaboradores está viviendo al límite financiero, lo que genera inseguridad y desestabiliza su tranquilidad mental.

2 Bajo rendimiento y desmotivación creciente

El **impacto del estrés financiero** sobre el rendimiento laboral es profundo, aunque muchas veces subestimado.

- En promedio, **un trabajador dedica 42 minutos diarios** durante su jornada a pensar en problemas económicos.
- **33% de los colaboradores** cree que su productividad se ve afectada de **forma moderada a severa por preocupaciones financieras**.

La desmotivación y el bajo rendimiento no siempre provienen de un mal clima laboral o una gestión deficiente. **A veces, las causas están fuera de la empresa**, pero repercuten directamente en la calidad del trabajo y la moral del equipo.

3 Reciben llamadas de cobranza durante la jornada laboral

Los problemas financieros no terminan al ingresar a la oficina. Muchos trabajadores **deben enfrentar su situación en tiempo real**, incluso dentro del entorno de trabajo.

- Se estima que una persona **puede recibir en promedio 10 llamadas** de cobranza al día.

Estas interrupciones afectan el enfoque, generan estrés adicional y deterioran el ambiente laboral. Además, pueden dar lugar a situaciones incómodas entre compañeros o con supervisores, afectando la cultura organizacional.

4 Inasistencias sin previo aviso o licencias médicas frecuentes

El estrés financiero **impacta directamente en la salud física y emocional** de los trabajadores, generando ausentismo laboral recurrente.

- **En promedio, una persona dedica más de 5 horas** a la semana durante su jornada laboral, a preocuparse por asuntos financieros.
- **48% de los trabajadores** cree que estas preocupaciones afectan su personalidad y comportamiento.
- Un trabajador promedio utiliza **5 días al año para resolver asuntos legales** relacionados con deudas u otras situaciones financieras.

Este ausentismo, muchas veces encubierto como licencias médicas, tiene un costo directo para la empresa, **tanto en términos económicos como en pérdida de continuidad operativa.**

5 Expresiones frecuentes de preocupación por el dinero o por llegar a fin de mes

Finalmente, el lenguaje y las emociones que los colaboradores expresan día a día pueden ser un **indicio claro de una carga financiera invisible.**

- **Ansiedad, irritabilidad, cambios de humor y desmotivación** pueden estar relacionados con el endeudamiento.
- **44,3% de quienes presentan síntomas** de depresión moderada a severa identifican **el endeudamiento como una de las principales causas** de su estado emocional.

Estas expresiones no solo afectan la salud del trabajador, sino también las relaciones interpersonales, el trabajo en equipo y **la armonía general dentro de la organización.**

¿Cómo actuar desde tu rol como líder?



Fomentar el bienestar financiero de tus colaboradores no es solo un acto de responsabilidad social, sino una estrategia empresarial inteligente.

Desde GrupoDefensa.cl, ofrecemos convenios corporativos diseñados para brindar a tus colaboradores y sus familias diferentes tipos de beneficios: asesoría legal, educación financiera y acompañamiento personalizado para enfrentar sus desafíos económicos y problemas relacionados con las deudas.

Contáctanos y asesórate con abogados expertos.

 www.grupodefensa.cl

 instituciones@grupodefensa.cl

 +56 9 7437 0462